

SALUD SEXUAL

Historias
de las que
hablar





SALUD SEXUAL

Salud sexual

La salud sexual es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad.

Requiere un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia.

Sexualidad

La sexualidad es un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca el sexo, las identidades y los roles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. (...)

Definiciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), www.who.int/es

HISTORIAS DE LAS QUE HABLAR

A través de las siguientes historias, queremos ilustrar que la salud sexual es muy amplia y diversa y también que nos afecta a todos, independientemente de nuestra edad y de si tenemos una vida sexual activa o no.

A veces, nos quedamos con una sensación de malestar, sin pensar que podríamos hablar de ello, que existen soluciones.

En Ginebra hay muchos lugares a los que acudir en busca de respuestas si tenemos problemas o dudas o si necesitamos información.

Ahora bien, no siempre es fácil saber a qué puerta hay que llamar.

En este folleto se incluyen los datos y las direcciones de varias instituciones que trabajan en el ámbito de la salud sexual en Ginebra.

Allí podemos conocer a profesionales que pueden ayudarnos, acompañarnos o simplemente responder a nuestras preguntas.



Bueno, bueno...
¡Mira lo que se acerca!

¡Eh! ¡No se habla así de las mujeres!
Aunque la verdad es que me
encantaría conocerla.




Total, si luego
me corro a los tres
segundos...










¡Hola, guapa! ¿Lo haces sin condón?
No te preocupes, no tengo porquerías,
que estoy casado y con hijos.


Mi amor, le pido los análisis a
tu mujer, ¿te parece?
Conmigo, felación o penetración
siempre con condón.




Bua, no sabes lo que me ha pasado...
Tengo un problemón en el trabajo.

Ahá... ¿eh?
¿Ah, sí?
¿Qué pasa?

Perdona, estoy en la app Citas Rápidas. Es Jeremy, que se me había olvidado responderle. El martes quedé con Alain y con Marco y esta tarde he quedado con Kodjo.



Oye, ¿me estás escuchando o solo piensas en sexo?



Perdona. Estoy intentando dejarlo... a veces pienso que no tiene sentido quedar así con gente... pero es más fuerte que yo.



¿Qué tal con tu nuevo chico?

¡Muy bien! Estamos muy enamorados.



Por cierto, ya no te vemos los jueves en clase de salsa.

No, a Sergio no le gusta mucho que me junte con mis amigos.

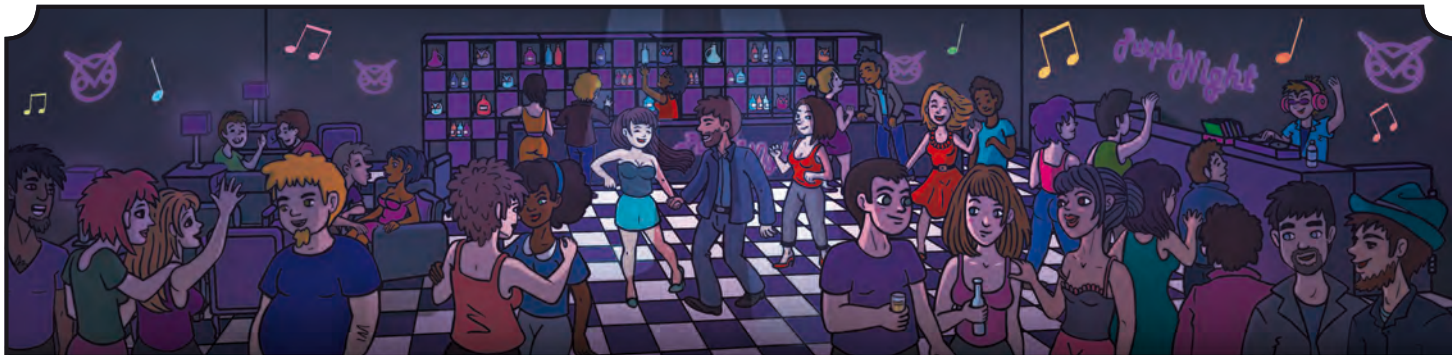


¿Y eso?

Es un poco posesivo, pero es normal cuando uno está enamorado, ¿no?



No. Yo creo que no.





¡Buf! ¡Ha sido genial! Me sigue encantando hacer el amor contigo.


Sí, ha estado muy bien.



¿Sabes qué? Empiezo a hartarme de la píldora...

¿Quieres probar un implante o un DIU?
O... ¿tener un bebé?






¡Mira! ¡Ahí está Julia!

¿Julia?
¿Quién es Julia?

¡Ah, claro! ¡Que no lo sabéis!
¿Os acordáis de Julio?
Bueno, pues ahora se llama
Julia y es una mujer.


Sí, al principio nos parecía rarísimo.
Para ella no era nada fácil vernos
tan desorientados.
¡Hale, venga! ¡Vamos a bailar con ella!






No consigo acordarme de lo que pasó anoche en la fiesta...

Pues... te vimos entrar en la habitación con el amigo de Gabriel.




Creo que nos acostamos, pero os juro que yo no quería. ¡Bebí demasiado!

Es mejor que consultes. Venga, ¡te acompañamos!



¿Sabías que, aunque no practiques durante años, las relaciones sexuales pueden ir muy bien cuando las retomas?

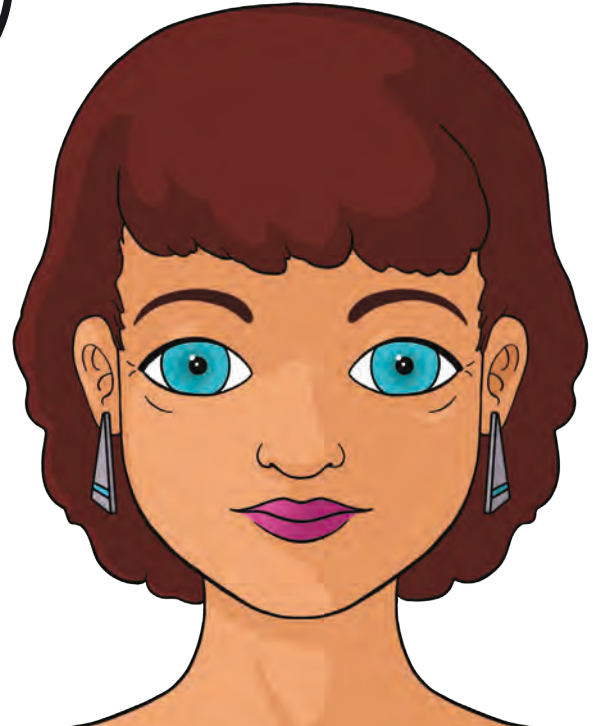
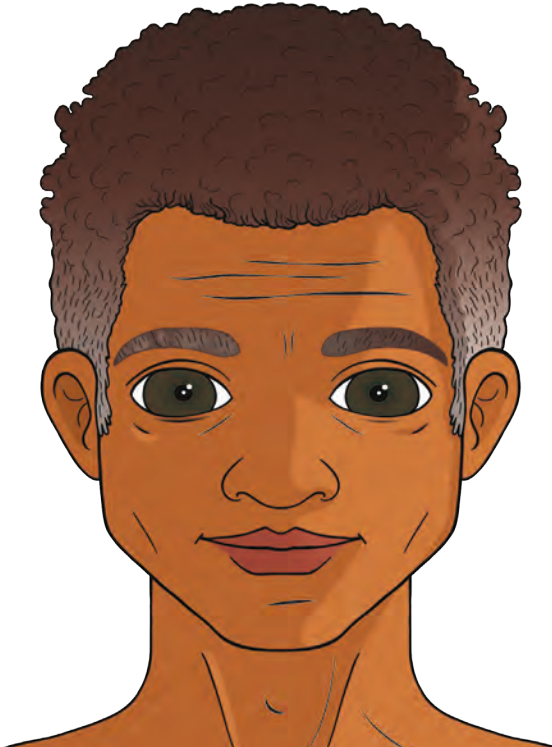
¡Y tanto! Yo estuve dos años sin conocer a nadie y, de repente, me he enamorado y, oye, todo va bien.



Utilizamos preservativos a la espera de hacernos las pruebas del sida y de otras infecciones de transmisión sexual.

¡Ay, sí! ¡Las pruebas! Gracias por recordármelo. Puedes tener una infección y no enterarte.

Estas historias no son exhaustivas.
Hay muchas más.
Atreverse a hablar puede ayudar.



Puntos de información, consultas y asesoramiento sobre salud sexual o pruebas de detección de infecciones de transmisión sexual

En la mayoría de estos lugares se pueden solicitar intérpretes de forma gratuita. El intérprete está sujeto a secreto profesional.

Lugar	Población destinataria	Servicios de salud sexual	Sitio web
<p>Médico/a de familia, ginecólogo/a, pediatra, dermatólogo/a, urólogo/a, psiquiatra, sexólogo/a... privado o en las consultas en el Hospital Universitario de Ginebra (HUG).</p> <p>Profesionales en todas las escuelas y centros sociales (centro social del barrio, Hospice général, los puntos info-services, etc.)</p>	Todos los públicos	Pruebas del VIH y otras ITS. Escucha, tratamiento y orientación en función de las necesidades en sitios especializados.	<p>www.amge.ch www.hug.ch</p> <p>www.ge.ch/education-sexuelle-affective www.geneve.ch/fr/themes/social/politique-sociale-proximite/points-info www.hospicegeneral.ch</p>
<p>Aspasie Rue des Pâquis 11 022 732 68 28</p>	Personas que trabajan en el sexo y sus clientes	Pruebas del VIH y otras ITS, en función de la evaluación. Consulta sobre salud sexual. Acompañamiento.	www.aspasie.ch
<p>Boulevards Bd Helvétique (martes y jueves) Pl. des Alpes (miércoles) 078 735 89 83</p>	Personas que trabajan en el sexo y sus clientes	Pruebas del VIH y otras ITS, en función de la evaluación. Prevención de la salud sexual. Acompañamiento.	www.aspasie.ch
<p>PVA-Genève Rue des Pâquis 35 022 732 44 45</p>	Asociación ginebrina de personas que viven con el VIH/sida y sus personas cercanas	Acompañamiento. Actividades para personas que viven con el VIH. Solidaridad.	www.pvageneve.ch
<p>CAMSCO – HUG Rue Hugo-de-Senger 2-4 022 372 53 11</p>	Personas sin seguro médico o en situación de precariedad económica	Detección del VIH/sífilis. Orientación sobre otras ITS.	www.hug.ch/consultation/soins-communautaires-camsco

Puntos de información, consultas y asesoramiento sobre salud sexual

En la mayoría de estos lugares se pueden solicitar intérpretes de forma gratuita. El intérprete está sujeto a secreto profesional.

Lugar	Población destinataria	Servicios de salud sexual	Sitio web
Checkpoint – GE Rue du Grand-Pré 9 022 906 40 30	Personas LGBTQI + y sus parejas	Pruebas del VIH y otras ITS. PEP-PREP-Vacunas. Consulta sobre salud sexual. Acompañamiento. Salud mental.	www.checkpoint-ge.ch
Fédération genevoise des associations LGBT 076 437 84 14	Lesbianas, gays, bisexuales, trans, queer, asexuales, intersexuales...	Acompañamiento. Actividades para personas LGBT y sus parejas. Solidaridad.	www.federationlgbt-geneve.ch
Groupe Santé Genève Rue du Grand-Pré 9 022 700 15 00	Personas vulnerables : LGB-TQI+, migrantes, trabajadores/as del sexo, personas en situación de precariedad.	Pruebas del VIH y otras ITS. PEP-PREP-Vacunas. Consulta sobre salud sexual. Asesoramiento jurídico. Acompañamiento.	www.groupesantegeneve.ch
Unidad de salud social de la Universidad de Ginebra 022 379 77 79	Estudiantes de la Universidad de Ginebra	Consultas médicas. Vales para pruebas gratuitas del VIH.	www.unige.ch/dife/sante-social/sante
Première ligne 6 rue de la Pépinière 022 748 28 78	Usuarios/as de drogas	Pruebas del VIH y de la hepatitis. Acompañamiento.	www.premiereligne.ch
Pruebas anónimas del VIH/sida – HUG	Todos los públicos	Pruebas del VIH. Otras ITS, en función de la evaluación.	www.testvih.ch

o pruebas de detección de infecciones de transmisión sexual

Lugar	Población destinataria	Servicios de salud sexual	Sitio web
Unidad de Salud Sexual y Planificación Familiar - HUG 47 bd de la Cluse 022 372 55 00	Todos los públicos	Información y orientación sobre ITS. Anticonceptivos. Métodos de urgencia. Pruebas de embarazo. Embarazo- Interrupción voluntaria del embarazo (IVG). Violencia. Consultas de pareja. Sexología. Orientación sexual. Identidad de género.	www.hug.ch/sante-sexuelle-planning-familial
FRANCIA (a proximidad de Ginebra)			
Unidad de Salud Emocional y Sexual Centre Hospitalier ANNecy GENEvois (CHANGE) Saint-Julien-en-genevois CPEF + CEGIDD: 0033 450 49 67 39	Residentes en Francia (a proximidad de Ginebra)	Pruebas del VIH y otras ITS, en función de la evaluación.	CEGIDD : www.auvergne-rhone-alpes.ars.sante.fr/centres-gratuits-dinformation-de-depistage-et-de-diagnostic-vih-ist-hepatite-c-0
Centro Hospitalario Alpes Léman (CHAL) Contamine-sur-Arve CPEF: 0033 450 82 23 93 CEGIDD: 0033 450 82 30 57		Consultas sobre la vida emocional y sexual.	CPEF : www.ain.fr/solutions/cpef/ www.hautesavoie.fr/planification-et-education-familiale
Centro de Planificación y Educación Familiar (CPEF) Ornex 0033 450 42 89 87			

TERMINOLOGÍA

Secreto médico (o secreto profesional) –

Tiene por objetivo proteger al paciente y sus intereses. Garantiza la confidencialidad de la información. No puede revelarse la información sobre el paciente a otras personas o instituciones sin su permiso.

Pruebas de detección – Análisis que se realizan para detectar o descartar un problema de salud.

ITS – Infecciones de transmisión sexual. Infecciones que se transmiten de una persona a otra durante las relaciones sexuales. Las ITS más habituales son el VIH, la clamidia, la gonorrea, la sífilis, el virus del papiloma humano (VPH) y la hepatitis. Es posible tener una ITS y no sentir ni notar nada.

VIH – Virus de la inmunodeficiencia humana. Hoy en día existe un tratamiento muy eficaz (con antirretrovíricos) que permite luchar contra el virus. El virus no se elimina, pero sí se controla y se evita la transmisión. Si no se trata, se transmite al mantener relaciones sexuales sin protección, al compartir jeringas y de madre a hijo durante el embarazo y la lactancia. El virus disminuye la capacidad del organismo para combatir las infecciones.

SIDA – El SIDA es una etapa avanzada de la infección por VIH. Se produce unos años después de la infección solo si la persona no sigue el tratamiento. Favorece el desarrollo de otras enfermedades graves, llamadas enfermedades oportunistas (porque se aprovechan de la debilidad del sistema inmunitario).

Seropositividad – Ser VIH positivo o seropositivo/a significa que el virus del sida ha entrado en el organismo. Una persona seropositiva no siente nada distinto en su cuerpo, no está enferma.

NOTA : El inicio temprano y el seguimiento adecuado del tratamiento del VIH pueden prevenir la transmisión del virus a otras personas y la aparición de enfermedades graves. Con estos tratamientos, las personas seropositivas pueden vivir igual que las personas seronegativas, trabajar, tener hijos, hacer deporte y vivir una larga vida.

Píldora, implante, DIU – Son métodos anticonceptivos que permiten evitar un embarazo no deseado. No evitan la transmisión de las ITS. Hay muchos otros métodos, como los parches, el anillo, el método sintotérmico, los preservativos, etc. El uso de estos anticonceptivos puede interrumpirse en todo momento y producirse un embarazo acto seguido. El método de cálculo (calcular los periodos de fertilidad según el ciclo menstrual) y el método de la marcha atrás (retirarse antes de la eyaculación masculina) son poco fiables que no previenen ni los embarazos ni las ITS.

NORMAS BÁSICAS DE PROTECCIÓN CONTRA LAS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL:

1. Utilizar preservativos para la penetración vaginal o anal.
2. Utilizar preservativos para las felaciones y una barrera protectora (cuadrante de látex) para el *cunnilingus* y el *anilingus*.
3. Evitar la sangre de la menstruación y el esperma en la boca.
4. Consultar a un/a médico/a si siente picores o ardor o si tiene secreciones, granos u otros problemas en los genitales, el ano o la boca.
5. Hacerse periódicamente las pruebas de detección de las ITS.

Para obtener instrucciones más precisas: www.check-your-love-life.ch

CRÉDITOS

Grupo de Ginebra para la reflexión y la promoción de la salud sexual

Aspasie ; Boulevards ; Consultation ambulatoire mobile de soins communautaires (CAMSCO - HUG) ; Consultation de dermatologie et vénéréologie (HUG) ; Consultation VIH (tests anonymes - HUG) ; Dialogai ; Direction de la communication (HUG) ; Groupe santé Genève ; Service de santé de l'enfance et de la jeunesse (OEJ - DIP) ; Service du médecin cantonal (SMC - DSPS) ; Service de médecine pénitentiaire (HUG) ; Unité de santé sexuelle et planning familial (HUG)

Coordinación

Geneviève Preti,
Unidad de Salud Sexual y Planificación Familiar - HUG

Guion

Antonio Bràs, Mihaela Cennamo, Fabian Chapot,
Martine Girard-Strohbach, Mélanie Michaud,
Geneviève Preti, Denise Wetzel

Traducción

Ana Pleite

Ilustraciones

Lucina Brera (pp. 4,5, 7-16, 18-20, portada)
Christian Bacchetta (pp. 6, 17)

Grafismo

Antonio Bràs

Rediseño gráfico parcial

www.baccup.ch

Impresión

Ciudad de Ginebra

Con nuestro agradecimiento a los donantes por su valiosa contribución.

Ginebra, septiembre de 2021

Este folleto y una lista completa de instituciones en Ginebra que trabajan en el ámbito de la salud sexual se encuentran en :

www.santesexuelle-ge.ch



Documentos descargables





• Groupe • santé • Genève • Membre du réseau de soins de santé de la région de Genève



CHECKPOINT
UN SERVICE DE DIALOGA